

SCALA DEL CONTRIBUTO DEL CAREGIVER AL SELF-CARE NELLE MALATTIE CRONICHE

SEZIONE A

Nell'ultimo mese quanto spesso lei ha aiutato la persona che assiste nel compiere le attività che seguono, ad esempio raccomandando la pratica di alcuni comportamenti o facendo lei delle attività che la persona che assiste non era in grado di fare?

(Cerchi uno dei numeri da 1 a 5 che meglio rappresenta la frequenza con cui le capita di attuare tali comportamenti, in cui 1 rappresenta mai e 5 sempre, e i numeri 2,3,4 le frequenze intermedie)

	Mai		A volte		Sempre
1. Cercare di dormire abbastanza?	1	2	3	4	5
2. Cercare di evitare di ammalarsi (es. vaccinarsi per l'influenza, lavarsi le mani)?	1	2	3	4	5
3. Fare attività fisica (ad esempio, fare una camminata veloce, usare le scale)?	1	2	3	4	5
4. Seguire una dieta specifica?	1	2	3	4	5
5. Vedere il suo medico per l'assistenza abituale?	1	2	3	4	5
6. Prendere i farmaci prescritti senza saltare una dose?	1	2	3	4	5
7. Evitare sigarette e fumo di tabacco?	1	2	3	4	5
8. Gestire lo stress?	1	2	3	4	5

SEZIONE B

Di seguito sono elencate le cose comuni che le persone con una malattia cronica controllano. Quanto spesso lei aiuta la persona che assiste nel compiere le attività che seguono, ad esempio raccomandando la pratica di alcuni comportamenti o facendo lei delle attività che la persona che assiste non era in grado di fare?

(Cerchi uno dei numeri da 1 a 5 che meglio rappresenta la frequenza con cui le capita di attuare tali comportamenti, in cui 1 rappresenta mai e 5 sempre, e i numeri 2,3,4 le frequenze intermedie)

	Mai		A volte		Sempre
9. Controllare le condizione della malattia della persona che assiste?	1	2	3	4	5
10. Prestare attenzione ai cambiamenti di come si sente la persona che assiste?	1	2	3	4	5
11. Controllare gli effetti collaterali dei farmaci assunti dalla persona che assiste?	1	2	3	4	5
12. Controllare se la persona che assiste si stanca più del solito nel fare le normali attività?	1	2	3	4	5
13. Controllare i sintomi della malattia della persona che assiste?	1	2	3	4	5

SEZIONE C

Molti pazienti hanno sintomi dovuti alla loro malattia o a causa del trattamento che stanno ricevendo per la loro malattia. Durante lo scorso mese, la persona che assiste ha avuto sintomi dovuti alla malattia da cui è affetto?

Cerchi una risposta

- 0) No 1) Si

14. Se ha avuto sintomi nel mese scorso...

(cerchi un numero)

	Non ho avuto sintomi	Non l'ho riconosciuto	Non velocemente	Abbastanza in fretta	Molto velocemente		
... quanto velocemente, lei che lo assiste, si è accorta che questi sintomi erano dovuti alla sua malattia?	NA	0	1	2	3	4	5

Di seguito sono elencati i comportamenti che le persone con malattie croniche mettono in pratica per tenere sotto controllo i loro sintomi. Quando la persona che assiste ha sintomi, quanto è probabile che lei la aiuti nelle seguenti attività, raccomandando la pratica di alcuni comportamenti o facendo lei stessa delle cose che la persona che assiste non è in grado di fare?

(cerchi un numero per ogni comportamento)

	Non è probabile	Abbastanza probabile	Molto probabile		
15. Cambiare ciò che la persona che assiste mangia o beve per far diminuire o scomparire i sintomi?	1	2	3	4	5
16. Raccomandare di modificare il livello di attività alla persona che assiste (ad esempio, riducendolo o riposandosi)?	1	2	3	4	5
17. Raccomandare un farmaco alla persona che assiste per far diminuire o far scomparire i sintomi?	1	2	3	4	5
18. Parlare con il medico della persona che assiste riguardo ai sintomi al prossimo controllo?	1	2	3	4	5
19. Chiamare il medico della persona che assiste per avere dei consigli?	1	2	3	4	5

Pensi ad un rimedio che ha utilizzato l'ultima volta che la persona assistita ha avuto dei sintomi ...

(cerchi un numero)

	Non ho fatto nulla	Non sono sicuro	Abbastanza sicuro	Molto sicuro		
20. Pensa che il rimedio attuato ha fatto sentire meglio la persona che assiste?	0	1	2	3	4	5

SEZIONE D

A volte le decisioni sulla cura delle malattie sono difficili da prendere. Quanto bene queste affermazioni descrivono il suo modo di prendere decisioni sulla cura delle malattie di cui è affetta la persona che assiste?

(Cerchi il numero da 1 a 5 che meglio rappresenta la sua situazione per ogni affermazione)

	Non come me		Abbastanza come me		Esattamente come me
21. Penso molto a come prendermi cura delle sue malattie	1	2	3	4	5
22. Mi prendo del tempo per assicurarmi di aver capito correttamente i consigli	1	2	3	4	5
23. Mi prendo del tempo per rivedere tutte le opzioni di trattamento prima di decidere che cosa fare	1	2	3	4	5
24. Penso a situazioni simili e a che cosa ha funzionato in passato	1	2	3	4	5
25. Mi assicuro di avere tutti gli elementi prima di decidere	1	2	3	4	5
26. Mi faccio consigliare da persone che ne sanno più di me	1	2	3	4	5
27. Faccio quello che mi dicono	1	2	3	4	5
28. Prendo una decisione e poi vedo se funziona	1	2	3	4	5
29. Anche se capisco il motivo di un trattamento, potrei decidere di non farlo o di non raccomandarlo o metterlo in atto	1	2	3	4	5
30. Cerco consigli dagli operatori sanitari	1	2	3	4	5